

PLAN DE CLASE

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. IED: COLEGIO JOSE JOAQUIN CASAS (IED) (JOSE JOAQUIN CASAS)		2. NOMBRE INSTRUCTOR:	RAFAEL ENRIQUE ROBLES BERNAL
3. FECHA:	2025-04-28	4. HORA:	Lunes, 12:30:00, 14:30:00
5. CENTRO INTERÉS:	BALONCESTO	6. N° DE SESIÓN:	19
7. LOCALIDAD:	Puente Aranda	8. N° DE SEMANA:	9
8. ZONA:	6	9. CICLO:	
DIMENSIONES DEL DESARROLLO HUMANO			
MOTRÍZ : Mejorar la coordinación y precisión en el pase y recepción del balón			
COGNITIVA : Comprender la importancia del trabajo en equipo y la toma de decisiones en juego.			
PSICOSOCIAL : Desarrollar la coordinación óculo-manual y el equilibrio dinámico.			
LUDICA : Fomentar la diversión y el compromiso mediante juegos cooperativos			
TEMA : Pases en el baloncesto			
SUBTEMAS : Pase de pecho Pase picado Pase por encima de la cabeza Desplazamientos y desmarques Comunicación en el juego			
IMPLEMENTACION : Balones de baloncesto, conos, aros, petos y tableros.			
FASES			
FASE INICIAL : ACTIVIDADES Dinámica de entrada en calor: “Atrapa y corre”: en parejas, un jugador lanza el balón y corre a tocar un cono, el otro lo atrapa y trata de alcanzarlo antes de que toque el cono. Movilidad articular: Rotaciones de tobillos, rodillas, cadera, hombros y cuello. Ejercicios de activación: Trote suave, skipping, laterales, saltos en el lugar TIEMPO 15 minutos			
FASE CENTRAL : ACTIVIDADES Técnica de pases (15 min) Circuito de pases en parejas: Pase de pecho Pase picado Pase por encima de la cabeza En cada estación, se enfatiza la técnica correcta (posición de pies, manos, mirada). Juego reducido de pases con objetivos (10 min) En grupos de 4: deben dar 5 pases seguidos sin que la defensa intercepte. Cambio de roles cada 2 minutos. Desplazamientos + pase (5 min) Ejercicio de desmarque: un jugador se mueve para recibir y pasar en movimiento. Fomentar comunicación verbal ("¡aquí!", "¡mía!"). TIEMPO 60 minutos			
RETO : ACTIVIDADES uego: “El pase mágico” Dos equipos. Cada pase correcto suma 1 punto. Si logran 10 pases sin que se caiga el balón, ganan un bonus de 5 puntos. El equipo con más puntos al final gana. Puntos extra si todos los jugadores tocan el balón en la secuencia. TIEMPO 30 minutos			
FASE FINAL : ACTIVIDADES Estiramiento guiado: músculos principales (piernas, brazos, espalda). Círculo de reflexión (3 min): ¿Qué aprendiste hoy? ¿Qué pase se te hizo más fácil/difícil? ¿Cómo ayudaste a tu equipo? Cierre motivacional: breve mensaje sobre el valor del trabajo en equipo TIEMPO 15 minutos			

ASISTENCIA

PROGRAMA Proyecto 7854 - Jornada Escolar Complementaria

1. JOSE JOAQUIN CASAS			Nombre Instructor: RAFAEL ENRIQUE ROBLES BERNAL	
2. Fecha:	2025-04-28	5. Centro de Interes BALONCESTO	8. Localidad: Puente Aranda	
3. Hora:	Lunes,12:30:00,14:30:00	6. N° de Sesion: 19	9. N° de Semana: 9	
4. Grupo:	BALONCESTO 1		10. Edades:	
TI	NOMBRE			ASISTENCIA
1016602219	ALEJANDRO ACERO			Asistio
1016733983	SAMANTHA ALDANA			Asistio
1096671826	TOMAS ALZATE			Asistio
1010763160	SARA CAMILA ANGEL			Asistio
1123974198	MILATH AFMETH BARGUIL			Asistio
1201242259	ALBERTO JOSE BUENDIA			Asistio
1034788178	LUISA FERNANDA CAÑAS			Asistio
1141340315	DANNA VALERIA GUERRERO			No asistio
1034786147	ANDRES FELIPE HIGUA			Asistio
1018488452	ANDRES FELIPE JIMENEZ			Asistio
1117539974	MICHELL DAYANA MARTINEZ			Asistio
1034788114	CARLOS ANDRES MARTINEZ			Asistio
1082999561	JOYLIZ THALIANA MONTENEGRO			Asistio
1033787012	CRISTIAN ALEJANDRO PARRA			Asistio